اعوذ بالله من الشیطن الرجیم

بسم الله الرحمن الرحیم

جادوی شیاطین (قسمت یکصد و چهل و هشتم)

مسخ (بخش ۲)

در قسمت قبل گفته شد که نظریه داروین دقیقا برخلاف نظریه قرآن است.

نظریه داروین: انسان تکامل یافته نوعی میمون یا شامپانزه است (میمون به انسان)

قرآن: انسان بمرور زمان بعلت نافرمانی و کج کردن دستورات دینی به میمون و یا شامپانزه طرد شده مسخ میشود (انسان به میمون)

داروین می گوید انسان، تکامل یافته میمون است. اما قرآن برعکس آن را می فرماید که انسان میتواند براثر سقوط اخلاقی و رفتاری به میمون طرد شده تنزل یابد. قرآن این حالت از تنزل اخلاقی رفتاری را مسخ می نامد. انسانها میخواهند اصالت خویش را به حیوانات روی زمین بر گردانند. آنها میخواهند منکر این واقعیت شوند که انسان

از بهشت به زمین تبعید شده است (هبوط). انسان میخواهد که اصالت خوش را به شامپانزه و خوک برگرداند. در حالی که می بایست اصالت خویش را بداند و بفهمد که برای چی روی زمین آمده است و چه هدفی پشت این تبعید بوده است؟

داروین از عبارتی به عنوان Evolution استفاده میکند که به معنای تکامل است. اما خدا از عبارتی صحبت می فرماید به نام مسخ. تکامل یعنی کامل شدن. یعنی فرآیند کامل شدن یک موجود و تبدیل شدن به یک موجود بهتر. اما مسخ یعنی فرآیند تغییر خصوصیات دادن به یک موجود با شرایط و خصوصیات بدتر.

خوک:

حیوان دیگری که خدا از آن در قرآن صحبت می فرماید خوک است. بعضی انسانها بعد از مدتی که سبک و استایل زندگی غلطی را در **تغذیه** بکار بردند، کم کم به خصوصیات خوک نزدیک میشوند. جهت درک این مورد بدانیم که خوک کثیف خور، پرخور و بی کیفیت خور است. این روش تغذیه بعد از مدتی استایل و مدل زندگی را عوض میکند و افراد در سبک و استایل تغذیه به یک زندگی خوکی میرسند. جهت فهم تاثیر تغذیه از نوع خوکی بر بدن انسان، بهتر است که خصوصیات خوک را بشناسیم.

بعضی از خصوصیات خوک در مورد تغذیه:

- انواع ویروس‌ها و میکروب‌ها در بدن و لایه پوستی خوک موجود است. اما بدن خوک طوری است که هیچ عکس العملی نسبت به این ویروس‌ها نشان نمی‌دهد. پوست و گوشت خوک هیچ عکس العملی نسبت به ویروسها و میکروبها نشان نمی دهد و عملا محیط پرورش این میکروبهاست. شاید شنیده باشید که بعضی ها میگویند بدن معتادها خیلی مقاوم است در مقابل سرما خوردگی و اصلا سرما نمی خورند! اما واقعیت ماجرا این نیست. بدن معتادها به علت مستی و نشئگی های فراوان، کنش و واکنشهای خود را از دست میدهد و در نتیجه نسبت به ویروسها و میکروبها، بی تفاوت است و مثل خوک آن را پذیرا میشود. بدن یک معتاد بیماری را درمان نمی کند، بلکه آن را مخفی میکند و آن را می پوشاند. این یک نوع تظاهر به خوب شدن است. خیلی از داروها و قرصهای شیمیایی هم همین کار را انجام میدهند و در ظاهر انسانها را خوب میکنند؛ اما بمرور زمان انسان را به شرایط بدنی شبیه خوک میرسانند. این همان مسخ شدن به خوک است.
- در واقع گوشت و سیستم گوارش خوک نسبت به خیلی از میکروبها بی تفاوت است و همین حس بی تفاوتی میتواند به انسان هم منتقل شود. یکی از مزایای بدن طبیعی انسان این است که نسبت به میکروبها و ویروسها عکس العمل نشان میدهد و این خاصیت طبیعی سیستم ایمنی بدن انسان است. اما بدن انسان شبیه به خوک بی تفاوت است و این نوع بی تفاوتی میتواند در سطح روان انسان

هم گسترش یابد که در این حالت بسیار خطرناک است. شاید یکی از دلایل مهم حرام بودن گوشت خوک همین است.

- **خوک از نظر بدنی و سایز و شکل اندامهای داخلی شباهت عجیبی به اندامهای داخلی انسان‌ها دارد. حتی دانشمندان از کلیه، پوست و سایر اعضای بدن خوک برای پیوند به انسان‌ها استفاده هم می‌کنند. به علت این شباهت زیاد بین اعضای داخلی انسان و خوک، بیماریهای مشترک بین انسان و خوک خیلی زیاد است. از آنجا که خوک کثیف خوار و پرخور است، گوشت آن میتواند بیماریهای زیادی را به انسان منتقل میکند.**
- **اینکه چرا بدن خوک نسبت به میکروب‌ها و ویروس‌ها هیچ عکس العملی نشان نمی‌دهد، ما را یاد روش درمان بیماری ایوب می‌اندازد که در آن خدا به او می‌فرماید ای ایوب با طبیعت مغتسل شو و از سردی استفاده کن. دلیل این امر این است که بدن ما باید در مقابل بیماری‌ها و ویروس‌ها و خطرات دیگر واکنش‌های متقابل انجام دهد و گرنه زیر پوستی بیمار می‌شویم بدون آنکه خود بدانیم. بدن خوکی عکس العمل مناسبی ندارد و در نتیجه بیماریها براحتی و سریع به مرحله حاد میرسند و زمانی متوجه این موضوع میشویم که کار از کار گذشته است. مغتسل شدن با طبیعت و استفاده از سردی های نظام رحمانی، باعث بکار افتادن سیستم ایمنی بدن و روان ما میشود. در آنصورت بدن و روان ما نسبت به مشکلات بی تفاوت نخواهند بود.**

- **بنابراین مخدرات، مسکرات، مشروبات الکلی، تفکرات مسموم و شرک انسان‌ها را از عکس‌العمل طبیعی جسم و روان در مقابل بیماری‌ها و خطرات جسمی و روانی باز می‌دارد. زمانی این عکس العمل ها پیش می‌آید که کار از کار گذشته است و به مرحله حاد رسیده است.**
- **آدمی به جای اینکه استایل غلط زندگی خود را تغییر دهد، دنبال روشی می‌گردد که به وسیله داروها و قرص‌های شیمیایی، مشکل خویش را درمان کند، بدون آنکه به استایل زندگی خویش دست بزند. این روش یک نوع غرور و تکبر است. مثلاً کسی که گردنش درد می‌کند و یا آرتروز دارد به جای اینکه طریقه استفاده از موبایل و لپ تاپ و طرز نشستن خویش را تغییر دهد، دنبال دارو میگردد تا که آرتروز خود را درمان کند. او حاضر به برگشت و توبه از روش غلط خویش نیست. این یک روش خوکی است.**
- **خوک‌ها عرق نمی‌کنند. در میان انسانها هم یک سری داروهای شیمیایی و کرم‌ها طراحی شده است تا که انسان‌ها به خود بزنند و عرق نکنند. البته این رفتار خوک‌ها به خاطر طرز رفتار زیستی آنها است و خدای مهربان آنها را اینطوری خلق فرموده است؛ اما برای انسان این سبک زندگی غلط است.**
- **پوسته و گوشته جامعه خوکی بعد از مدتی ، به پوست و گوشت خوک شبیه میشود. در جامعه خوکی مردم نسبت به اعمال بد و زشت بی تفاوتند و همدیگر را به حق و صبر توصیه نمی کنند.**

- **مصرف تصادفی هر آنچه که دور و برشان است؛ خوکها سیستم گوارش نسبتا متفاوت و مقاومی دارند.**
- **رفتار خوک‌ها خیلی تحت تاثیر تغذیه است. دقیقا به همین خاطر است که گوشت خوک حرام است و خدای قادر توانا آن را بر انسان حرام کرده است تا که تحت تاثیر آن فرآیند (صفات کثیف خواری – پرخوری – بی موقع خوری و بی کیفیت خوری) قرار نگیرد. متاسفانه در جهان، غذاها و کالاهای بی کفیت زیاد درست میشود که اکثرا کسانی آن را درست میکنند که صفات خوکی در آنان ظهور پیدا کرده است. خیلی از مواد غذایی بی محتوایند و فقط به یک شکل تبدیل شده اند. تولید وسایلی که ظاهرا ارزان تر است ولی تا مدت مشخصی کار میکند. اینها از صفات خوکی هستند. بزرگترین کشورهای مصرف کننده گوشت خوک را جستجو کنید. آنها وسائلی را تولید میکنند که کارائی مناسبی ندارند.**
- **گوشت خوک حرام است زیرا به روش غلطی پرورش می یابد و به روش غلطی آن گوشت بدست آمده است. ربا هم حرام است زیرا به روش غلطی بدست آمده است.**
- **ضرب المثل‌های عامیانه بعضی ملت‌ها در مورد خوک و میمون واقعیت‌های جالبی را مشخص می‌کند. این ضرب المثل‌ها نشان از آن دارد که خوک حیوان کثیف و آلوده و لجوجی است. مثلا در انگلیسی می گویند** A pig in a poke **یعنی خریدن چیزی بدون بررسی دقیق. خوک بدون بررسی دقیق، هر آنچه**

که بیابد و دم دستش باشد، می خورد. در حالی که خدا در قرآن می فرماید هر آنچه میخوری و مینوشی با دقت بررسی کن! (فَانْظُرْ إِلَى طَعَامِكَ وَشَرَابِكَ)

- یا ضرب المثل عامیانه در مورد میمون میگوید see monkey , do monkey که بر تقلید کورکورانه دلالت دارد. میمون به عنوان جانوری که رفتارهای غیر قابل پیش‌بینی انجام می‌دهد معروف است.

البته یادآوری شود که خدا خوک‌ها و میمون‌ها و سایر حیوانات را معصوم و بی‌گناه آفریده است. اما خصوصیات زشت و رفتارهای زشتی که در آنها هست به این خاطر است که انسان متذکر و یادآوری شود و از این صفات زشت دوری کند.

جامعه خوکی:

متاسفانه بسیاری از رفتارهای انسانها به مرور به رفتارهای میمون و خوک شبیه تر میشوند. مردم در همه چیز تقلید و چشم و هم چشمی میکنند. این یک نوع رفتار میمونی است. مسخ در قرآن به همین معناست. مردم در خیلی از چیزها شرطی شده اند. مثلا بدون آنکه گرسنه باشند و نیاز غذایی داشته باشند، نهار و شام میخورند. مردم بدون آنکه توجه کنند، فقط از جنبه تقلیدی، شبها تا دیر وقت بیدارند و فیلم نگاه میکنند؛ در حالی که باید استراحت کنند و روزها فعالیت و کار و تلاش و کوشش کنند. یا اینکه مردم در هر چیزی تقلید میکنند و حتی برای ساده ترین امورات زندگی خویش، در اینترنت سرچ میکنند و به این طریق خود را به موجوداتی بی اراده تبدیل

میسازند که در هر چیزی باید یکی به آنها یاد دهد. جامعه میمونی و یا جامعه خوکی از همینها بوجود میاید.

تا اینجا متوجه شدیم که نظر قرآن، دقیقا برخلاف آنی است که داروین می گوید. داروین می گوید انسان تکامل یافته میمون است و از میمون بوجود آمده است. اما قرآن می فرماید که انسانها انسان خلق میشوند ولی بعد از مدتی به میمون و خوک تبدیل میشوند. تبدیل شدن به خوک از نظر جسمی است و تبدیل شدن به میمون از نظر رفتاری اخلاقی است. خدای مهربان در مورد این تبدیل در قرآن، سه بار میمون و یک بار خوک را ذکر کرده است. این مساله خودش اهمیت سه برابری اخلاق و رفتار را نسبت به جسم نشان میدهد. انسانها اگر پاکی و طهارت درونی را از دست دهند، خودبخود به سمت میمون واری و خوک واری می روند و این را مسخ می گویند. وقتی درون پاک نباشد، نیازهای الکی و غیر ضروری برای انسان پیش میاید و در نتیجه جواب هر کدام از این نیازهای کاذب، منجر به پرخوری میشود و به این طریق خوک واری در بدن انسان بوجود میاید.

- **پرخوری یک صفت جهنمی است**

پرخوری یک صفت جهنمی است که خوک آن را داراست. در جهنم، پرخوری میکنند در حد پر شدن بطنها (فَإِنَّهُمْ لَآكِلُونَ مِنْهَا فَمَالِئُونَ مِنْهَا الْبُطُونَ).

البته خوک حیوان معصوم و بی گناهی است. خدای حکیم عمدا آن را اینطوری آفریده است تا به انسان نشان دهد که خصوصیات بد تغذیه، بدن انسان را بی تفاوت در مقابل بیماریها و کنشها و واکنشها می کند. خیلی از عملهای زیبایی هم، بدن انسان را نسبت به واکنش و کنشهای طبیعی بدن، بی تفاوت میکند.

بازار خوکی:

بازار خوکی در بازارهای مالی به معامله‌گرانی که بر اساس طمع و حرص عمل می‌کنند اشاره دارد. این افراد به دنبال کسب سود بیشتر هستند و اقدام به معاملات با حجم بالا می‌کنند، اما در نهایت به دلیل نوسانات بازار، ضرر می‌کنند. در بازار خوکی، برنامه‌ریزی و استراتژی وجود ندارد و معامله‌گران بر اساس هوا و هوس خود عمل می‌کنند که در نهایت باعث ضرر می‌شود. بنابراین، خوک‌ها نماد افراد طمع‌کار و قربانی بازار هستند. روش غلط تغذیه هم می‌تواند جیب خیلی‌ها را پر از پول کند و هزینه های اضافی زیادی روی دست خیلی ها بگذارد و باعث چرخش بیفایده و مضر پول در این صنایع شود.

دلیل زشت شدن انسانها:

کلا مساله زشتی انسانها و حتی زشتی جامعه بخاطر پرخوری است. حالا پرخوری جسمی و یا پرخوری روانی. پرخوری روانی هم مساله خیلی مهمی است که باید خیلی مدنظر قرار گیرد.

انسانها در هر چیزی میخواهند سیرِ سیر شوند. آنقدر غذا میخورند که دیگر جا نداشته باشند. آنقدر موسیقی گوش میدهند که بیحال شوند. آنقدر فیلم نگاه میکنند که خوابشان ببرد. آنقدر حرف میزنند که کار به غیبت برسد و یا خسته شوند. وقتی دو نفر با هم حرف میزنند، اگر حرفی برای گفتن نداشته باشند، به غیبت رو می آورند. غیبت نتیجه زیاده خوری و کثیف خوری در حرف زدن است.

آدمیان آنقدر شبها بیدار میمانند که خسته شوند. از قدرت خویش علیه زیردستان و ضعفا تا آخر توان استفاده میکنند. در هر چیزی افراط و تفریط میکنند. آدمیان میخواهند در هر چیزی احساسات خویش را لبریز و پر کنند و احساسات خود را تا نهایتش و تا آنجایی که جا دارد، تحریک کنند. اینها پرخوری روانی است. بشر اسم اینها را رفاه و آرامش و امنیت گذاشته است. در حالی که اینها رفاه و آرامش نیست و باعث زشتی افراد و جامعه میشود. بشر تعاریف غلطی از خوشبختی و رفاه و زیبایی و زشتی برای خودش اختراع کرده است.

دلیل اصلی کاهش ازدواج:

یک چیزی میگویم که شاید از شنیدن آن تعجب کنید. دلیل اصلی ازدواج نکردنها علاوه بر مشکلات اقتصادی، پرخوری روانی و جسمی است. آدمها با پرخوری های روانی و جسمی زشت میشوند و در نتیجه تمایلی به هم ندارند و ازدواج نمی کنند. زنان و مردان زیبا خیلی کم شده اند. پرخوری های روانی و جسمی آنان را زشت کرده است و در نتیجه به روشهای رحمانی ازدواج راضی نیستند. ما تابحال فکر میکردیم که دلیل اصلی ازدواج نکردن، مشکلات اقتصادی است. اگر چه اقتصاد عامل مهمی است. اما وقتی انسانها پرخوری روانی و جسمی کنند، زشت میشوند و در نتیجه نمیتوانند جذب هم شوند.

تعریف زیبایی کنونی غلط است. مردم پرخوری روانی و جسمی میکنند و زشت میشوند و بعد شیطان به آنها پیشنهاد یوگای صورت میدهد. درحالی که یوگا از هر نوعش، یک گام تدریجی برای شیطان شدن است. خدا میخواهد که افراد پرخوری روانی و جسمی نکنند تا زشت نشوند. اما شیطان میخواهد که افراد همان پرخوریها را بکنند و در نهایت با یوگا یا قرصها و سایر روشها مشکل را بپوشانند. شیطان اوت پوت را می پوشاند تا اینپوت غلط را کم اهمیت جلوه دهد. کلا سیستم شیطان مبتنی بر پوشاندن و پاک کردن صورت مساله است. به این می گویند کفر. راز زیبایی انسانها در این است که در سبک زندگی مثل میمون و خوک نباشند. زیرا در آنصورت مسخ میشوند و در نتیجه زشت میشوند. شاید دیده ای بعضی پیرزنها و پیرمردها صورتشان چروکیده است، اما زیبایند. زیرا آنها روال درست و سبک درستی از زندگی را پیش گرفته اند.

پرخوری روانی:

آدمیان وقتی از یک لباس خوششان میاید، ده نوع از آن می خرند و یا وقتی از آهنگ خوششان میاید، دهها بار گوش میدهند. یک فیلم سیصد قسمتی در مورد عشق و مسائل مربوطه نگاه میکنند ولی سیر نمیشوند. در یک فیلم سیصد قسمتی، زن به مرد خیانت میکند. در سیصد قسمت بعدی اینبار مرد به زن خیانت میکند. مدام داستان خیانت و عشق با اختلاف خیلی کم تکرار میشوند و اینها پرخوری روانی است. مردم از دیدن اینها خسته نمیشوند. خیانت، عشق، از خودگذشتگی افراطی، ظلم افراطی، زیاده روی و ... موضوعات ثابت این پرخوری ها هستند.

اینها همگی پرخوری و بی کیفیت خوری روانی است. خیلی ها میخواهند در هر چیزی، به نهایتش برسند و نهایت لذت هر چیزی را تجربه کنند. آنها فکر میکنند که معنویت در اینهاست. در حالی که اینها افراط و تفریط است و نقاط افراط و تفریط، نقاط تبذیری هستند و در کنترل شیاطین است. به همین خاطر خدای مهربان مبذرین را برادران شیاطین می نامد (إِنَّ الْمُبَذِّرِينَ كَانُوا إِخْوَانَ الشَّيَاطِينِ)**.**

نقاط تبذیری، نقاط پرخوری هستند. این نقاط، نقاطی هستند که شیاطین در کنترل خویش دارند و به همین خاطر است که افراد رونده در این نقاط از نظر روانی، اخلاقی و حتی جسمی زشت میشوند. بعضی از مردم به اشتباه فکر میکنند که خوشی و هدف این دنیا به لذتهایش است؛ ولی این نوع تفکر اشتباه و منحرف است. خوشی این دنیا به صحیح زندگی کردن است. دین به معنای سبک و روش و بینش زندگی

است. خدا میخواهد سبک زندگی را به ما یاد دهد. عذاب جهنم بخاطر سبک زندگی غلط موجود در آن است.

وقتی وارد بعضی کانالهای مجازی میشوید، با کشاندن انگشتان دست به چپ و یا راست و یا بالا و پایین؛ کلیپهای متعددی در اختیار شما قرار می گیرد و اینها واقعا از حد و اندازه منطقی میگذرند و فرد دچار پرخوری روانی، دیداری، شنیداری میشود. اینها همگی مضرند. زیرا هر گونه پرخوری روانی و یا حتی جسمی، نیاز به آب کننده و هضم کننده دارد. در جهنم هم پرخوری های جسمی و روانی انجام میشود و افراد مجبورند که برای هضم و حل آن از حمیم روی آن بریزند.

فَإِنَّهُمْ لَآكِلُونَ مِنْهَا فَمَالِئُونَ مِنْهَا الْبُطُونَ ﴿۶۶﴾

پس [دوزخیان] حتما از آن می خورند و شکمها را از آن پر می کنند (۶۶)

ثُمَّ إِنَّ لَهُمْ عَلَيْهَا لَشَوْبًا مِنْ حَمِيمٍ ﴿۶۷﴾

سپس ایشان را بر سر آن آمیغی از آب جوشان است (۶۷)

ثُمَّ إِنَّ مَرْجِعَهُمْ لَإِلَى الْجَحِيمِ ﴿۶۸﴾

آنگاه بازگشتشان بی گمان به سوی جحیم است (۶۸)

حالا حمیم چیست؛ معانی مختلفی از ابعاد مختلف میتواند داشته باشد. در بُعد جسمی میتواند آب جوشان باشد و از ابعاد معنوی میتواند افراط و تفریطهای از نوع دیگری

باشد. نیم ساعت وبگردی بی هدف که فقط حسادت، شهوت، غبطه و سایر صفات منفی بار انسان میکند، به اندازه یک روز خستگی می آورد. زیرا اینها تغذیه روانی هستند که فقط روان انسان را پر میکنند و گرنه ارزش تغذیه ای برای روح و روان ما ندارند و خیلی مضر هستند. دیگران را پُر کردن، کنایه از این است که صفات بد را در او تحریک کردن. همانطور که در جهنم، جهنمیان فقط شکمهایشان پر میشود و هیچ فایده دیگری برای آنها ندارد (فَمَالِئُونَ مِنْهَا الْبُطُونَ **). اما کسانی که بوسیله تلویزیون و وبگردی های ناسالم، ورودیهای ناسالم وارد روان خویش میکنند، بیمار میشوند و بعدا مجبورند که برای درمان این بیماری، کارهای خطرناکی انجام دهند و چیزهای خطرناک دیگری وارد روان خویش بکنند. آیه** ثُمَّ إِنَّ لَهُمْ عَلَيْهَا لَشَوْبًا مِنْ حَمِيمٍ **کنایه از این موضوع است که جهنمیان بعد از میل غذایی که فقط بطنها و روانها را پر میکند، مجبورند که مایعی جوشان روی آن بریزند. به همین طریق اخذ اینپوتهای ناسالم از هر منبعی (تلویزیون، وبگردی، فیلم، آهنگ و رمان و ...) روان انسان را پر میکند و باعث زجر افراد میشود و افراد مجبورند که مایع جوشان (حمیم) روی آن بریزند. مایع جوشان اینجا کنایه ای از یک ورودی خیلی مضر است و اصل عذاب همین ورودی مضر است که بعد از خوردن اینپوت حرام شکل می گیرد.**

تعریف خوردن (اکل**) در قرآن، فقط خوردن غذا نیست. طبق قرآن غیبت کردن هم به نوعی خوردن گوشت جسد مرده برادر است (**يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ**). خدای مهربان از گرفتن ربا هم به عنوان خوردن یاد کرده است (**الَّذِينَ يَأْكُلُونَ الرِّبَا**). گوساله گرائی و گرایش به**

عرفانهای شرقی و غربی و گرایش به اشعار و آهنگهای آلفایی و فیلمهای توهمی هم؛ نوعی نوشیدن است (وَعَصَيْنَا وَأُشْرِبُوا فِي قُلُوبِهِمُ الْعِجْلَ). **میراث دیگران را بزور گرفتن هم نوعی خوردن است** (وَتَأْكُلُونَ التُّرَاثَ). **مال یتیمان را گرفتن هم نوعی خوردن ذکر شده است** (يَأْكُلُونَ أَمْوَالَ الْيَتَامَى). **اموال دیگران را گرفتن به روشهای باطل هم نوعی خوردن است** (وَلَا تَأْكُلُوا أَمْوَالَكُمْ بَيْنَكُمْ بِالْبَاطِلِ). **بنابراین دو نوع خوردن داریم؛**

یکی خوردنی که وارد دستگاه گوارش ما میشود و

دیگری خوردنی که وارد دستگاه روان ما میشود.

خیلی از پزشکان همیشه از خوردن نوع اولی حرف میزنند و داروهایی برای درمان اولی می نویسند ولی حکیمان از نوع دومی حرف میزنند. مثلا ربا هم نوعی پرخوری روانی جسمی است. زیرا کسی که ربا میخورد، دچار اضافه وزن روانی میشود و همین او را در معرض دچار شدن به انواع بیماریهای روانی قرار میدهد. جامعه ای که با ربا گسترش پیدا کرده است، انواع بیماریهای اجتماعی در آن ظاهر میشود.

پرخوری روانی، یعنی چیزهای اضافی وارد روان خود کنید. فردی یک کلیپ پنج دقیقه ای در اینترنت نگاه میکرد وقتی کلیپ را تا آخر نگاه کرد؛ گفت که لعنت به این کلیپهای مسخره! ولی نکته اشتباه ماجرا این بود که این فرد این کلیپ را تا آخر نگاه کرده بود و آن را وارد روان خویش کرده بود. یعنی آن را خورده بود. او مطالب آن را قبول نداشت ولی خورده بود و به این میگویند پرخوری روانی.

هر گونه پرخوری روانی و یا جسمی، عواقبی مثل به هم خوردن متابولیسم بدن و روان، به هم خوردن هورمونها و زیاد شدن چربی ها و ... برایش اتفاق می افتد. یکی مهمانی رفت، شروع کردن به خوردن دسر، شکمش را پرکرد. بعد غذای اصلی را آوردند. او نتوانست غذای اصلی را بخورد. زیرا شکمش پر شده بود. به همین طریق کسی که اینپوتهای روانی زیادی را بخورد، نمیتواند اینپوتهای صحیح دیگری را بگیرد. کسی که نیم ساعت مشغول دیدن زدن کلیپهای مختلف میشود، روان خودش را پر میکند. بعد از آن او دیگر نمی تواند هیچ آیه قرآنی را درک کند و نمی تواند معانی صحیح را وارد بطن و روان خویش کند. به همین خاطر خدای مهربان میفرماید که قرآن و یا نماز صبحگاهی بسیار موثر و مفید و دلچسب است (إِنَّ **قُرْآنَ الْفَجْرِ** كَانَ مَشْهُودًا **).**

أَقِمِ الصَّلَاةَ لِدُلُوكِ الشَّمْسِ إِلَى غَسَقِ اللَّيْلِ وَقُرْآنَ الْفَجْرِ إِنَّ قُرْآنَ الْفَجْرِ كَانَ مَشْهُودًا ﴿۷۸﴾

نماز را از زوال آفتاب تا نهایت تاریکی شب برپادار و [نیز] نماز صبح را زیرا نماز صبح همواره [مقرون با] حضور [فرشتگان] است (۷۸)

زیرا وقتی صبح زود بیدار میشوید و قرآن میخوانید و یا نماز بجا می آورید، از آنجا که اینپوت اضافی هنوز وارد سیستم روان و بدن خود نکرده اید، این نوع معنویت، بسیار جذاب خواهد بود و تاثیر خودش را در روان آدمی میگذارد. زیرا صبح زود

آدمی هنوز بطن خود را با انواع کلیپها پر نکرده است و مالئون منها البطون **نکرده است. البته متاسفانه اکنون خیلی از جوانان صبح که از خواب بیدار میشوند، مثل صبحانه خوردن، شروع میکنند در فضاهای مجازی غیر ضروری دیدزدن که اینها نوعی پرخوری است. مهمترین ضرر این نوع پرخوری این است که فرد بعد از آن دیگر روانش چیزی را قبول نمی کند و حرف حالیش نمیشود. هدایت به مقدار و کمیت نیست و بلکه به کیفیت است. گاهی فرد دچار پرخوری روانی نیست و یک آیه قرآن برایش بخوانید، حالیش میشود و درک میکند. اما اگر روان آدمی پر باشد، تمام قرآن را هم برایش بخوانید، بیفایده است. متاسفانه حالا در جامعه ما قرآن شده است قرائت های مختلف با صداهای قشنگ ولی بی اثر.**

فجر:

طبق فرموده قرآن، قُرْآنَ الْفَجْرِ بسیار تاثیرگزار است. یعنی روان شما بعد از استراحت شبانه خالی میشود و در زمان فجر فرصت خوبی است که مطالب خوبی در آن بریزید و آن را با چرت و پرتها و کلیپهای نامناسب پر نکنید. فجر فرصت بسیار مناسبی است تا که انسانها از دست اینپوتهای اضافی خلاص شوند. خدای مهربان در یکی از سوره های قرآن از فجر و ده شب صحبت می فرماید که تابحال تفسیرهای متفاوتی از آن شده است. اما حالا به تفسیر درستی از آن می رسیم. این ده شب و

فجر، فرصت بسیار مناسبی است تا که انسان از دست پرخوری و خوردنهای اضافی چه جسمی و چه روانی نجات یابد.

وَالْفَجْرِ ﴿١﴾ سوگند به فجر (۱)

وَلَيَالٍ عَشْرٍ ﴿٢﴾ و به شبهای دهگانه (۲)

پرخوریهای جسمی و روانی نوعی اعتیاد هستند. در ده شب متوالی، موقع فجر که از خواب بیدار میشوید، خوردنهای اضافی و بیفایده بکار نبرید و خود را کنترل کنید. در آن صورت از دست این اعتیاد خطرناک خلاص میشوید. خدای حکیم در سوره فجر، راهکار بسیار مناسبی را برای ترک پرخوریهای روانی و جسمی در مدت ده روز به ما ارائه میدهد. فجر (الْفَجْرِ) و ده شب متوالی (لَيَالٍ عَشْرٍ) باعث خلاصی انسان از دست پرخوریها میشود. بعضی ها شبهای دهگانه را به ده شب آخر رمضان تاویل کرده اند. اما از آنجا که لیال بصورت نکره آمده است و ال تعریف ندارد؛ پس ده شب خاصی مد نظرش نیست و میتواند در هر قسمتی از سال و ماه اجرایی کنید. این سوره عملکرد و روال خاصی را بیان میدارند:

۱- ده شب متوالی ، پرخوریهای شبانه (چه تغذیه و چه فیلمها و آهنگها و شب نشینی ها و ...) را کنار بگذارید.

۲- صبح که از خواب بیدار شدید، پرخوریهای جسمی و روانی را هم ترک کنید و دیدزنی و وب زنی های خود را محدود کنید و هر آنچه که واقعا نیاز دارید، را ویو کنید.

خدای مهربان حکیم در سوره فجر این دو روش ساده را میخواهند برای ما بیان دارند و مخصوصا به آن قسم هم می خورند تا اهمیت آن را نشان دهند. دیده ای بعضی ها میگویند دلمان پُره. این ثابت میکند که پربودن روان بسیار خطرناک است و حتی میتواند انسان را از کار و زندگی بیندازد. پرخوری روانی باعث پرخوری جسمی میشود و حتی بالعکس هم امکان پذیر است.

پرخوری جسمی باعث پرخوری روانی میشود

و

پرخوری روانی هم باعث پرخوری جسمی میشود

بطور مثال تنشهای عصبی باعث پرخوری در خوردن غذا میشود. حتی پرخوری در تغذیه هم باعث میشود که انسانها دچار سوداگری شوند و حتی خوابهای آشفته می بینند. بعضی ها که پرخوری میکنند، بعد از آن می نشینند تا نصف شب فیلم نگاه میکنند. به این طریق پرخوری جسمی باعث پرخوری روانی میشود. این دو نوع پرخوری در هم تاثیرگزارند. انسانها با پرخوری جسمی، روانشان هم نامتعادل میشود. ضرب المثلی هست که میگوید نفسش از جای گرم بلند میشود. این یعنی

افراد پرخوری میکنند و حرفهای بزرگ بزرگ و غیرواقعی میزنند. فجر به معنای گشایش هم هست. خدا در این روش، انسانها را از یک مشکل بزرگ نجات میدهد و برای آنها درِ دیگری از رحمت می گشاید و بن بستها را از بین می برد؛ به شرطی که به این سوره عمل شود.

چشم سوم یک نوع پرخوری روانی خطرناک است:

شیطان این مساله را میداند و به همین خاطر تکنیک چشم سوم را در مدیتیشن پیشنهاد داد تا انسانها علاوه بر دو چشمان خود، از چشم سوم هم ورودی در خود بریزند و به این طریق انسانها خیلی زود پر میشوند. انسان که خیلی زود پر شود، باید تخلیه هم بشود. بعضی افراد را دیده ای که به در و دیوار توهین میکنند. این افراد روانشان پر شده است و مجبورند که از این روش استفاده کنند تا تخلیه شوند. غیبت کردن، شک و گمانهای بیخود همگی انسانها را دچار پرخوری روانی میکند. یکی که غیبت میکند و شک و گمان بیخود بکند، باید مدام تکرار کند. مثلا کسی که در یک جمع غیبت میکند و بحث را نیمه کاره رها کند، افراد دیگر بطور مکرر از مابقی ماجرا می پرسند. اصولا غیبت ، شک و گمان بیخودی همگی باعث پرخوری روانی میشوند.

هر گونه تکراری به معنای پر کردن روان است. یک فیلم، دو فیلم، یک کلیپ دو کلیپ سه کلیپ چهار کلیپ و ... اینها که تمامی ندارد. همه اینها هم تکرار هستند. روانی آدمی را پر میکند. قوم لوط حرف حالیشان نمیشد زیرا آنها قبل از گوش دادن به پیامبر لوط، از قبل روان خود را با بدی ها پر میکردند.

وَجَاءَهُ قَوْمُهُ يُهْرَعُونَ إِلَيْهِ وَمِنْ قَبْلُ كَانُوا يَعْمَلُونَ السَّيِّئَاتِ قَالَ يَا قَوْمِ هَؤُلَاءِ بَنَاتِي هُنَّ أَطْهَرُ لَكُمْ فَاتَّقُوا اللَّهَ وَلَا تُخْزُونِ فِي ضَيْفِي أَلَيْسَ مِنْكُمْ رَجُلٌ رَشِيدٌ ﴿٧٨﴾

و قوم او شتابان به سویش آمدند و پیش از آن کارهای زشت میکردند [لوط] گفت ای قوم من اینان دختران منند آنان برای شما پاکیزه ترند پس از خدا بترسید و مرا در کار مهمانانم رسوا مکنید آیا در میان شما آدمی عقل رس پیدا نمی شود (۷۸)

آنها از قبل روان خود را با انواع سیئات و صحنه ها پرکرده بودند، دیگر بعد از آن مثل مست بودند و هیچی حالیشان نبود.

خیلی از برنامه های تلویزیون هم بی معنا و بی مفهومند. مردم جلوی تلویزیون می نشینند و هر آنچه که پخش بشود، نگاه میکنند و اینها پرخوری روانی است. پرخوری مشکلات روانی درست میکند. هر چیزی که نگاه میکنید، باید هدفمند و به دلخواه خودتان باشد، نه اینکه یک سازمان و یا یک دولت و یا یک سایت برای شما انتخاب کند.